

## 思い出ボックス

中学生男子2人の子育て中の久保田です。

断捨離好きで、どんどん捨てる派の私ですが、、、

うちには、妊娠した時からの子どもに関する思い出をしまった大きな箱があります。

妊娠の記録から、入園前に一時預かりをした時の記録、幼稚園や小学校で製作した作品や絵。成長記録などです。

先日久しぶりに箱を開けてみました。

一緒にいた長男は、恥ずかしそうに一度逃げて行きましたが、私が「おー！」とか「懐かしー！」と騒いでいると後ろから覗き込んで、「なんだこれ？」とか、「へたくそだな～」と言っていました。

私が「色づかいがいいね！」「恐竜だ！好きだったよね、上手！」と言うと照れくさそうに「そう？」とにかくにこ(^^)

次男の絵には、たまご、カレー、にじなど、何を描いたかのメモ書き。

メモがなかったらわからなかった！ナイス！

今から思うと、日にちも書いておけばよかったな。とか、描いてる姿も撮っておけばよかったな。など、思うところもありますが、小学生の作文や絵、書いてくれた手紙など。どれも大切な宝物♡

まだ入れないものもあるので、もう少し整理して入れなきゃな～

思い出ボックス、おすすめです！

久保田沙織

## トンネルをかけながら

にじのおうち保育園の前にある畑、見たことがありますか？

(仮称) 桜上水農業公園といって、amigoが今年から関わっています。

先日、のらぼう菜の植え付けをしてきました。苗には寒さ避けのトンネルをかけます。しゃがんでトンネルの縁に土を寄せて押さえていると、「しゃがむ姿勢が長いとつらいよ。身体がしんどいと続ける気持ちがなくなっちゃうから」と、三角ホーの扱い方を教えてもらいました。

作物がすこやかに育つ環境を整えながら姿勢はできるだけ楽にすること。

子どもをまんなかに考えながら自分が無理なくいられること。

どちらも工夫が大事！

子どもがのびのび安心して、大人も無理なくいられる知恵をみんなで持ち寄せたら楽しいな。そんなことを思って長い柄の三角ホーをぎこちなく扱う手にも力が入りました。

こちらの畑では、地域の方向けのイベントもあります。興味があれば、気軽に声をかけてくださいね。

おかもとみき

# おでかけひろば @あみーご通信 207 VOL.

2026年1月号

## はじめに

新しい年が始まっています。

昨年を振り返り、どんな一年にしたいか、ふと考える方も多い頃かもしれません。

日々育ちゆく小さな子どもたちと共にある暮らしは、

「充実」という言葉では言い表せないほど、目まぐるしくもありますね。

初めて尽くしの毎日に、少し息切れを感じることもあると思います。

そんなときは、どうぞ“ひろば”でホッとひと息ついてください。

複数の親子と過ごす場に、はじめは緊張があるかもしれません、大人も子どもも、少しずつ視野や感覚がひらいていく時間になるはずです。

amigoが運営する「@あみーご」「ULALA」は、  
飛び抜けて広い場所でも、特別な玩具が並ぶ場所でもありません。  
それでも、ここで大切にしてきたキーワードがあります。



## 「利用から参加へ」

昨年末にamigoのあれこれを振り返りながら気がついたことです。

ひろばは、

世田谷区や私たちスタッフが用意したサービスを提供するだけの場所ではありません。  
場にいる一人ひとりの関わりの中で、一瞬一瞬変化し、そだつ場所です。

足を運んでくださる皆さんご自身らしく過ごし、

ちょっとしたことを言葉にしたり、

誰かの話にそっと耳を傾けたりすること。

そんな積み重ねが、ひろばを豊かに、心地よい場にしていくような気がしています。

小さな声や、ちょっとした気持ちも大切にしながら、

今年も皆さんとひろばの時間を重ねていきたいと思います。

どうぞよろしくお願ひいたします。

子育て支援グループ amigo 石山 恭子

1  
月  
2026年

# おでかけひろば @あみーご

〒156-0043 世田谷区松原4-17-15  
Tel&Fax: 03-3328-4411  
<https://amigo.theblog.me>  
kosodate.amigo@gmail.com  
【対象】未就園児(原則として3歳児まで)と保護者



月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
<b>要わりました!</b> Babu Day (バブ・ディ) 木曜は終日、0歳ちゃんの日です。 ねんねの赤ちゃん、あつまれ~♥ プレママ・プレパパさんもお待ちしています。 *ご都合に合わせて他の曜日に来場いただいても大丈夫です。						
5	6 相 あみーご冬休み 12月26日(金)～1月8日(木)	7 相	8	9 相 なつかし遊びの会 13:30～	10 土曜あみーご	11
12 成人の日	13 相 山猫先生の星に訊け☆ 10:30 / 11:15 12:30 / 13:15 14:00 ★要予約	14 相 ひろばにコーディネーターがいます AM	15 相	16 相	17	18
19	20 相 体験版ふれあいベビーヨガ 13:30～ ★要予約	21	22 相 理学療法士あいちゃんと一緒に! ケアストレッチの会 10:30～/13:30～ ★要予約	23 相	24	25
26	27 相 助産師さんと話そう! 13:00～	28 閉室	29 相	30 相	31	
<b>小さな預かり(ほっとステイ)</b> ●月～金の平日に実施しています。 (土日、祝日はお休み) ●感染症予防には十分配慮して実施しています。						
 						
<b>今月のamigoそとあそび</b> プレーリヤカーライド @弁天児童遊園 <b>1/15(木)</b> @羽根木公園 <b>1/22(木)</b>						

開室時間

10:00～15:00



らっこルーム

子どもと離れてちょっとひと休み。

開室時間：

10:00～15:00

月～金 (祝日除く)

食事の時間 11:30～13:00



詳細は  
ひろばスタッフまで。



お願い

ひろばをご利用の方・ご家族に体調不良の症状がみられる場合は、来場をお控えください。また感染症による学級閉鎖、休園、自宅待機等のご家族がいらっしゃる場合も、来場はご遠慮ください。

## 9(金) 13:30～「なつかし遊びの会」

地域の方をお招きして、わらべ歌をうたったり、あやとりや折り紙、お手玉などで遊びます。覚えているようでは覚えていない!? 子どもの頃を思い出しながら、なつかし遊びを楽しみましょう。

【申し込み】不要 【参加費】無料

## 10(土) 10:00～15:00「土曜あみーご」パパDay

いつも遊びに行く@あみーごってどんなところ?パパ同士、子育ての話や情報交換などおしゃべりしませんか?お子さんと一緒に遊びに来てください。【申し込み】不要

## 13(火) 10:30/11:15/12:30/13:15/14:00「山猫先生の星に訊け☆」★要予約

西洋占星術の初めの一歩。家族とのかかわり方、自分の将来、いろいろ見えてきます!一組30分ほど。時間が前後する所以ありますので余裕をもってお越しください。保育はついていません。

【申し込み】要予約 (先着5組) 【参加費】2000円

## 19(月) 13:30～「体験版ふれあいベビーヨガ」★要予約

わらべうたや手遊び歌を交えて赤ちゃんと母親の交流を楽しく育みながら、ヨガのポーズを自然ととっくり大坪助産師のオリジナルメソッド「ふれあいベビーヨガ」の体験版。

【申し込み】要予約 (2組程度) 【参加費】1000円

## 22(木) 10:30～/13:30～「理学療法士あいちゃんと一緒に! ケアストレッチの会」★要予約

毎日の家事や育児の中でかたくなった筋肉をほぐしましょう。自分で身体を「整える」コツを覚えてカラダをゆるめてみませんか?理学療法士あいちゃんとによるケアストレッチの会です。

【申し込み】要予約 (各回先着4組) 【参加費】無料 【持ち物】フェイスタオル

## 26(月) 13:00～「助産師さんと話そう!」

amigo顧問大坪助産師の子育て相談 dayです。母乳についての疑問や離乳食、ママの心やからだのこと、赤ちゃんのこと、なんでもお気軽にどうぞ。妊婦さんもぜひいらしてみてください!

【申し込み】不要 【参加費】無料

## 27(火) 13:30～「こころとからだを育てる0・1・2歳からの性のおはなし会」

性と身体のことについて、ちょっと心配なことや気になることも安心して話せます。聞くだけの参加も大歓迎!子育てからはじまる性のこと、気軽に一緒におしゃべりしましょう。

【申し込み】不要 【参加費】無料 【ナビゲーター】渡部千尋(元特別支援学校・保健体育教員)

### 相 子育て相談 (北沢地域担当)

(月～金曜 10:00～15:00) ※祝日除く

地域子育て支援コーディネーターが、子どものいる暮らしの中の「困った」と一緒に考え、お手伝いします。小さなことでお気軽にご相談ください。

【電話】070-6969-3562

利用者支援休業日  
土・日・祝・他休業日  
冬休み～1月5日(月)・  
8日(木)・21日(水)・28日(水)



子育て相談

今月のほのぼの  
—出張子育てひろば—

1/19(月) 11:30～12:30

～妊娠中の方も  
赤ちゃんもママも  
パパもあつまれ～  
【場所】むつみ会館  
(桜上水5丁目)むつみ会館



amigoのプログラムも開催中!  
PUBLICO.AMIGO  
PUBLICO 小さなカルチャーセンター  
@梅ヶ丘